

# Terapia Comunitária Integrativa - uma estratégia de cuidado à saúde do trabalhador em universidade pública

REIS, MMA<sup>1</sup>

[mariliaamarilis@hotmail.com](mailto:mariliaamarilis@hotmail.com)

1. Universidade Estadual da Bahia/ Universidade Federal do Sul da Bahia

**PALAVRAS-CHAVE:** Terapia Comunitária Integrativa; saúde mental do trabalhador; universidade pública.

O adoecimento emocional e psicossomático de trabalhadores de Universidades públicas tem sido pauta de estudos atuais. Oliveira et al. (2017) e Arbex, Souza e Mendonça (2013), apontaram que as tensões e precarizações do trabalho são causa de alterações emocionais e mentais neste âmbito. Perda de vitalidade, desgaste mental, frustração e angústia, depressão, dentre outros, podem culminar em adoecimento psicossomático, sendo deste modo, relevante desenvolver estratégias de cuidado à saúde mental, para melhorias na Qualidade de Vida do trabalhador. Com vistas a prevenção em Saúde Mental, utilizou-se a Terapia Comunitária Integrativa (TCI) com trabalhadores de Universidade pública do extremo-sul baiano, desenvolvendo-se um projeto de extensão para criação de um espaço de cuidado adaptável ao contexto comunitário das universidades, produtor de saúde através de partilhas solidárias. Realizou-se então, no período de agosto/ 2018 a julho/ 2020, um planejamento de rodas quinzenais de TCI com trabalhadores concursados, contratados e terceirizados da UNEB Campus XVIII, no município de Eunápolis- Bahia, perfazendo o total de 20 rodas e 56 participantes. As rodas de TCI eram coordenadas por uma terapeuta comunitária (psicóloga), com a participação de três alunas monitoras de extensão nas ações do projeto. Os setores eram avisados com antecedência para planejamento e liberação dos colaboradores, que receberam convites individuais para as rodas, além da divulgação à comunidade interna, para participação espontânea. As rodas de TCI demonstraram gerar alívio do sofrimento psíquico dos trabalhadores da comunidade, que expressaram positividade em seus feedbacks. Os profissionais terceirizados revelaram maior fragilidade em vista da instabilidade empregatícia, a qual foi acolhida nas rodas, com a partilha de experiências de superação, produzindo alívio das tensões. Ao longo das rodas de TCI foi possível constatar as afirmações de Oliveira et al. (2017) e Arbex et al. (2013), no que se refere às alterações emocionais, como insegurança e angústia, presentes nos discursos dos participantes, pelas ameaças de demissão na crise. Porém, vale ressaltar que, a cultura de cuidado em saúde mental na Universidade estudada ainda está se iniciando e assim, requer persistência na manutenção das rodas terapêuticas. Concluiu-se que a existência de um espaço de cuidado e escuta como a TCI, no ambiente laboral universitário, promove um clima mais acolhedor para o trabalhador, proporcionando melhorias subjetivas e no ambiente institucional. A TCI proporcionou prevenção e promoção em Saúde Mental, bem como o fomento de uma cultura de cuidado na instituição, antes inexistente, sugerindo a necessidade de planejamento neste âmbito, para priorização em cuidados preventivos em saúde mental por parte dos setores. É importante que os espaços de escuta e cuidado em saúde mental, antes inexistentes na universidade estudada, tornem-se permanentes, afim de que se possa observar melhores resultados a médio e longo prazo. Sugere-se ser relevante haver a continuidade de novos projetos de extensão/ pesquisa nesta temática, para a afirmação, a criação e manutenção destes espaços de cuidado, que potencializam melhorias no clima organizacional, a saúde mental e o bem estar no ambiente laboral.